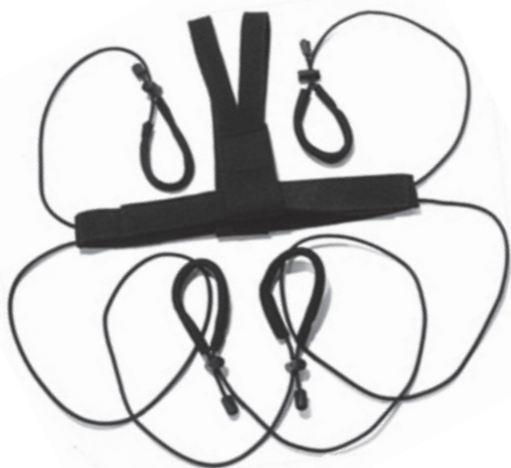


PILATES TYE4

“in esclusiva da New York”



Per chi vuole veramente il massimo offriamo l'*allenamento TYE4, l'attrezzo del XXI secolo*. Basato sui principi del “Pilates standing”, si adatta a tutti, soprattutto a persone non abituate al controllo del proprio corpo, o al contrario nel caso di sportivi o ballerini abituati ad esso. È in grado di far “coscientizzare” al meglio le attivazioni muscolari profonde e le proprietà posturali, e favorisce il controllo dei movimenti in equilibrio, ottimizzando la gestione della nostra catena cinetica.

I **benefici**: l'allenamento TYE 4 migliora la postura, potenzia le fasce muscolari fondamentali e “cura” (oltre a prevenire) diverse patologie.



Fortitudo
boxe & fitness